

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Существует еще множество формулировок понятия «здоровье», и каждый ученый старается доказать свою точку зрения.

А. Г. Щедрина предлагает такую формулировку: «Здоровье — это целостное многомерное динамическое состояние (включая его позитивные и негативные показатели), которое развивается... в условиях конкретной социальной и экологической среды и позволяет человеку... осуществлять его биологические и социальные функции».

В современном обществе предъявляются новые, более высокие требования к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые. XXI век начался в России с резкого ухудшения такого существенного показателя как здоровье дошкольника: на 8,1% снизилось число здоровых детей, на 6,75% - увеличилось число детей с нарушениями в физическом развитии, предрасположенностью к патологии, на 1,5%- возросла численность детей 3 группы здоровья с выраженными отклонениями и хроническими заболеваниями.

Охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения – актуальный социальный вопрос. Сегодня стратегическое направление государственной политики в области поддержки и сохранения здоровья детей регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов. «Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах. Это Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», где определены принципы государственной политики в области образования, первым из которых является «гуманистический характер обра-

зования, приоритет общечеловеческих ценностей жизни и здоровье человека, свободного развития личности», а также Закон Российской Федерации «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; Указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации», Закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте», «Конвенция о правах ребенка».

Ключевые принципы «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» - реализация основополагающего права каждого ребёнка «..жить и воспитываться в семье, сбережение здоровья каждого ребёнка, формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни». В «Концепции содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)», большое внимание уделяется проблеме развития у детей представлений о здоровье и ЗОЖ, воспитания здоровьесберегающего поведения. По ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Фундамент здоровья человека закладывается в дошкольном возрасте. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем. Сохранение и укрепление здоровья детей на ближайшие десятилетия останется одной из актуальных задач системы образования, во-первых, потому, что дети проводят в дошкольных образовательных учреждениях большую часть времени и дошкольные образовательные учреждения имеют уникальный ресурс влияния на ребенка и родителей, на формирование ценностных ориентиров и, прежде всего, ценности здоровья и здорового образа жизни. И, во-вторых, именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность дошкольника. Достичь высокого уровня интеллектуально – по-

знавательного развития может только здоровый ребенок. Специально организованная деятельность является эффективным средством формирования здоровья и выработки правильных привычек дошкольников. Формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Актуальность проекта «Ключ к здоровью» обусловлена наличием смешанного контингента родителей в ДОУ, обладающих различными целями и ценностными ориентациями. Наблюдается негативная тенденция пассивного отношения не только к процессу образования и развития, но и к формированию ценности здоровья и здорового образа жизни своих детей. Реализация проекта позволит осуществлять поиск эффективных путей взаимодействия с родителями детей нового поколения, привлекая их к совместному процессу воспитания, образования и оздоровления.

Проект предполагает объединить уже накопленный опыт педагогического коллектива по охране и укрепления здоровья детей, с использованием современных технологий здоровьесбережения через реализацию комплексного подхода.

Проект «Ключ к здоровью»

Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А.Сухомлинский

Вид проекта:

по доминирующей деятельности: комплексный, практико–ориентированный,

по содержанию: интегрированный; специализированный

по уровню освоения: долгосрочный (учебный год)

Участники проекта - дети старшего дошкольного возраста, воспитатели, музыкальный руководитель, родители, социум.

Проект соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Наряду с общеизвестными дидактическими принципами (наглядность, систематичность, последовательность, доступность и др.) данный проект требует соблюдения таких принципов:

Принцип индивидуального и дифференцированного подхода (т.е. учет личностных, возрастных особенностей детей и уровня их психического и физического развития), решаются задачи эффективной педагогической помощи детям в совершенствовании их личности, способствует созданию специальных педагогических ситуаций, помогающих раскрыть психофизические, личностные способности и возможности воспитанников.

Принцип социальной безопасности. Дошкольники должны понимать, что они живут в обществе, где надо соблюдать определенные нормы и правила поведения.

Принцип комплексности и интегративности – решение задач приобщения к ЗОЖ участников образовательного процесса в системе образовательно-воспитательного процесса во всех видах деятельности.

Принцип преемственности взаимодействия с ребенком в условиях дошкольного учреждения и семье – родители должны выступать активными участниками педагогического процесса.

Принцип эмоциональной насыщенности и выразительности рассматривается как способность среды воздействовать на эмоции ребенка. Окружение должно давать ему разнообразные и меняющиеся впечатления, вызывающие эмоциональный отклик, возможность прожить и выразить свои чувства в какой-либо деятельности, побуждать к освоению полюсов «добро — зло», «прекрасно — безобразно» и пр.

Принцип научности – обоснование и подкрепление всех проводимых направленных на формирование ЗОЖ.

Проблема

Одной из главных задач федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в рамках образовательной области «Физическое развитие» является становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные качества личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

В современном обществе интерес к здоровью детей обусловлен тенденцией к росту заболеваемости, снижением функциональных способностей детей и темпов их физического и умственного развития. Детство является ключевым периодом жизни, когда формируются все морфологические и функциональные структуры, определяющие потенциальные возможности взрослого человека. Поэтому на этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей еще недостаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, необходимо

формировать мотивацию на здоровье и ориентацию их жизненных интересов на здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Формирование у детей ответственности за индивидуальное здоровье – это педагогическая проблема, и только медицинскими средствами ее не решить. Внедрение оздоровительных педагогических технологий в образовательную систему физического воспитания детей, физических упражнений, применение адекватных нагрузок и методов развития физических качеств с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья и образовательного процесса способствует улучшению индивидуального здоровья, формированию духовно-нравственных ценностей и качеств личности, позитивным изменениям мотивации и здорового образа жизни детей, что свидетельствует о формировании культуры здоровья личности на различных этапах возрастного развития.

Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного, прививать ценностное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Роль образовательной среды и педагога, правильно выстроенная система работы обеспечивают целенаправленное формирование культуры самосохранения и ответственности за собственное здоровье у детей, способствуют достижению положительных результатов в овладении знаниями и навыками сохранения собственного здоровья, помогают сформировать ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни.

Проект «Ключ к здоровью» включает в себя формирование нравственного отношения к своему здоровью, желания и потребности быть здоровым; чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья через расширение знаний и навыков о здоровом образе жизни.

Гипотеза: В целом в дошкольном учреждении сложился системный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Однако любая си-

стема не прослужит достаточно долго и эффективно, если не будет совершенствоваться, обновляться. Оснований для обновления физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Одно из главных – рост заболеваемости детей, снижение функциональных способностей детей и темпов их физического и умственного развития. Однако переломить эту негативную тенденцию возможно. Один из путей – обеспечить оздоровительную направленность образовательного процесса в детском саду. И перед педагогами ДОУ встает вопрос: «Как организовать образовательную деятельность дошкольников, чтобы дать каждому ребёнку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья? Как достичь в процессе занимательного дела оптимального сочетания оздоровительного, тренировочного, образовательного компонентов физкультурной деятельности?»

Цель проекта

Создание системы здоровьесбережения на основе органичного сочетания всех технологий ДОУ, способствующих совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка, обеспечивающей сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребенка и формирование основ здорового образа жизни.

Задачи

Скоординировать работу всех участников образовательного процесса по снижению заболеваемости воспитанников и формированию основ здорового образа жизни.

Оптимизировать систему физкультурно – оздоровительной работы за счет внедрения современных здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.

Повысить уровень компетентности педагогов ДОУ в вопросах проектирования педагогического процесса на основе интеграции образовательных областей в рамках реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Активизировать сотрудничество детского сада и семьи по формированию осознанного, творческого, бережного отношения к здоровью детей с целью повышения его уровня.

4. Обеспечение проектной деятельности

Кадровое:

- вовлечение в работу по проекту педагогического состава ДОО, медицинского персонала ДОО и ГБУЗ

Методическое:

- методическая и справочная литература по тематике здоровья и здоровьесбережения;
- методический и практический материал;
- использование Интернет-ресурса.

Материально-техническое обеспечение:

- наличие в ДОО спортивного и музыкального зала, методического кабинета, медицинского блока, спортивной площадки, элементов спортивного оборудования на прогулочных участках, центров двигательной активности в возрастных группах, уголков релаксации, кабинета логопеда, кабинета психологической разгрузки, пищеблока.

Условия реализации проекта

- реализация здоровьесберегающих технологий по всем разделам образовательной программы;
- соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха;
- использование современных прогрессивных методов и приемов обучения;
- индивидуальный подход к ребенку сообразно его уровню развития, биологическому и психологическому возрасту;
- реализация различных форм взаимодействия с дошкольниками и родителями.

Ожидаемые результаты

Уровень физического развития и физической подготовленности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников; наличие интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Уровень психического здоровья в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников; положительная динамика развития коммуникативных и познавательных способностей дошкольников.

Качественный рост показателей результативности образовательного процесса в ДООУ в условиях реализации ФГОС в разных видах деятельности по формированию основ ЗОЖ всех участников педагогического процесса.

Выявление детей с ослабленным здоровьем, снижение заболеваемости детей (на 2%), повышение посещаемости детьми.

Повышение интереса к зимним видам спорта

Повышение родительской компетентности по вопросам здоровьесбережения, включение их в процесс повышения степени мотивации и заинтересованности детей в положительном результате.

Дальнейшее развитие проекта.

В результате реализации данного проекта будет создана эффективная система работы в ДООУ, по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, которая обеспечит комплексное решение оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач, а также совершенствование и модернизация образовательного процесса с дошкольниками.

Разработка адаптированной программы.

По реализации данного проекта планируем расширить его границы за счет вовлечения в данную деятельность дошкольные учреждения района. Проект может быть реализован в любом дошкольном образовательном учреждении.

I этап – аналитический (сентябрь 2020г.)

Цель: анализ условий, созданных в ДОУ, выявление проблем, прогнозирование результатов работы с целью определения основной концепции проекта и направлений работы.

Информационно-аналитическая деятельность:

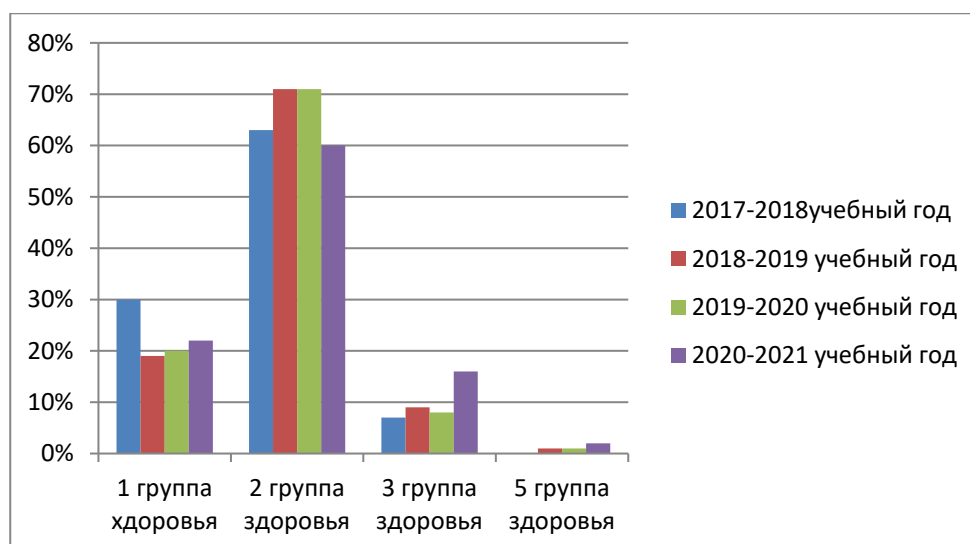
- анализ состоянию здоровья детей;
- анализ развития двигательных навыков детей;
- оценка организационных и материально – технических условий ДОУ;
- формирование информационного банка данных по здоровому образу жизни (анализ психолого – педагогической и методической литературы по вопросам здоровьесбережения (Приложение № 1)

Сводные данные по заболеваемости старших дошкольников в ДОУ

Показатели	2017-2018	2018-2019	Сентябрь 2019-март 2020	2020-2021 август- сентябрь 2020
Число дней, пропущенных по болезни	59	67	13	3
Количество дней по болезни на 1 ребенка	6.5	7.4	1.8	0.2 дня

Суммарные данные по группам здоровья по дошкольному учреждению

[illegible]



Группу здоровья, присвоенную ребенку по результатам медицинского осмотра, важно учитывать при организации досуга ребенка, его обучения и физической активности. Поскольку, для каждой группы врачом даются рекомендации, способные улучшить состояние здоровья ребенка. Присвоенные группы здоровья могут меняться, как может меняться и состояние ребенка.

Для положительной динамики развития дошкольника необходимо придерживаться медицинских рекомендаций и обеспечивать ребенку физическую нагрузку, соответствующую состоянию его здоровья, соблюдать режим труда и отдыха.

Увеличилось число детей с нарушениями в физическом развитии, предрасположенностью к патологии.

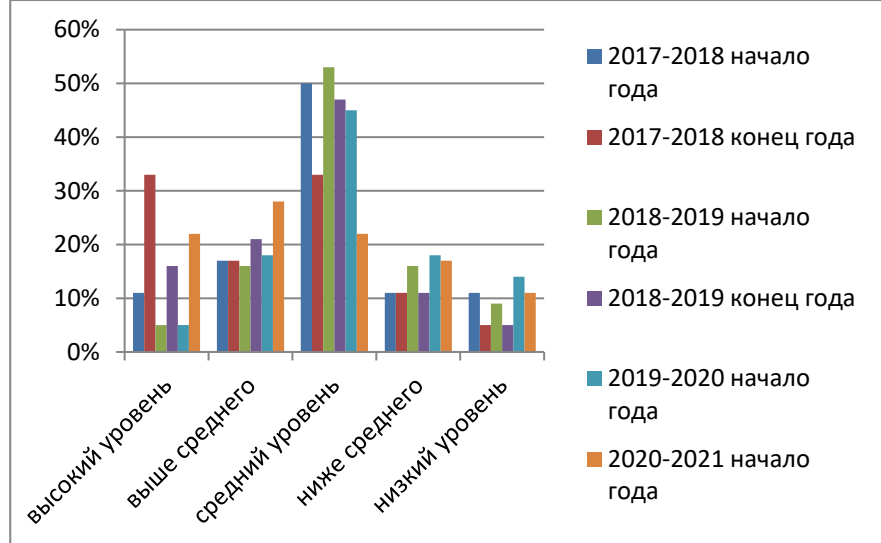
	Количество детей инвалидов	Процентное соотношение к общему количеству детей ДОУ	Количество детей с ОВЗ	Процентное соотношение к общему количеству детей ДОУ
2018-2019 уч.г	6	7%	13	15%
2019-2020 уч.г	7	9%	14	18%
2020-2021 уч.г	7	10%	13	19%

В связи с открытием с 1.09.2018г. на базе ДОУ группы компенсирующей направленности и сокращением 1 возрастной группы с 1.09.2020г. в связи с уменьшением контингента дошкольников показатели некорректны, но статисти-

ка показывает численное увеличение группы детей, имеющих отклонения в здоровье.

Уровень физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет)

Контин- гент/ показатели	2017-2018 уч.г					2018-2019 уч.г					2019-2020уч.г.					Сентябрь 2020г				
	В	ВС	С	НС	Н	В	ВС	С	НС	Н	В	ВС	С	НС	Н	В	ВС	С	НС	Н
мальчики	1 11%	2 22%	4 44%	1 11%	1 11%	0	1 14%	5 72%	1 14%	0	1 9 %	1 9%	5 45%	2 18%	2 18%	2 20%	3 30%	3 30%	1 10%	1 10%
	3 33%	2 22%	2 22%	2 22%	0	1 14%	2 29%	3 43%	1 14%	0										
девочки	1 11%	1 11%	5 55%	1 11%	1 11%	1 8%	2 17%	5 42%	2 17%	2 11%	0	3 27%	5 45%	2 18%	1 9%	2 25%	2 25%	1 13%	2 25%	1 12%
	3 33%	1 11%	4 44%	0	1 11%	2 17%	2 17%	6 50%	1 8%	1 8%										
Общий по- казатель	2 11%	3 17%	9 50%	2 11%	2 11%	1 5%	3 16%	10 53%	3 16%	2 9%	1 5%	4 18%	10 45%	4 18%	3 14%	4 22%	5 28%	4 22%	3 17%	2 11%
	6 33%	3 17%	6 33%	2 11%	1 6%	3 16%	4 21%	9 47%	2 11%	1 5%										



Показатели прописаны дробью (числитель – начало года, знаменатель – конец года), в 2019-2020 учебном году в конце учебного года диагностика не проводилась в связи с пандемией и ремонтными работами в ДОУ.

Система физического обследования дошкольников состоит из 2 показателей - физическое развитие (*измерение высоты ребенка и массы тела, функциональное состояние*)

-развитие физических качеств (*уровень физической подготовленности*) - динамическая сила - прыжок в длину с места; скоростные качества - бег 30 м; ловкость - метание мешочка на дальность.

Отслеживается положительная динамика состояния развития двигательных навыков и качеств детей. Результаты мониторинга показывают удовлетворительную результативность физической подготовленности дошкольников (развитие двигательных навыков умений, физических качеств; успешность овладения движениями от степени формирования физических качеств – ловкость, гибкость, выносливость), но постоянным является показатель неподготовленности (ниже среднего и низкий показатели) в пределах 7-8% , т.е скорректированная работа - становление координационных механизмов и процессов их управления (физкультурно-оздоровительные и коррекционные мероприятия) не дает 100 результативности.

Средства обучения:

мячи разного размера; обручи; гимнастические скамейки; гимнастические палки; маты; валики; модули разного размера; мешочки для метания; теннисные мячи; кубы; кубики; дуги для подлезания; мишени; стойки; ориентиры; мячи-хоппы; веревки; канат; гимнастические стенки; гимнастические доски; корзины; гантели; ленты; корригирующие и массажные дорожки.

Таким образом, проанализировав работу по здоровьесбережению в ДОУ, можно отметить:

Сильные стороны:

Создана достаточная материально-техническая база

- создана достаточная материальная - техническая база:
- оснащен спортивным оборудованием зал и спортивная площадка;
- оснащены спортивные уголки в группах;
- оборудована комната психологической разгрузки.

Используется система оздоровительной работы.

Используются разнообразные формы и виды организации режима двигательной активности в регламентированной деятельности.

Сохраняется высокая моторная плотность НОД.

Варьируется физическая нагрузка в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.

Организуются спортивные праздники и развлечения.

Реализация сбалансированного 10и дневного меню.

Слабые стороны:

По результатам оперативного контроля выявилось, что работа по здоровьесбережению не во всех группах ведется комплексно и системно, страдает качество организации оздоровительных мероприятий.

Не уделяется достаточно внимания технологиям обучения здоровому образу жизни.

Не достаточно эффективно организовано взаимодействие с родителями по проведения физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.

Поэтому, можно сделать вывод, что необходимо усовершенствовать систему работы, направленную на сохранение и укрепление здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни.

Основные риски проекта

№ п.п	Основные риски проекта	Пути их минимизации
1.	Отсутствие мотивации у детей	Внедрение механизмов поощрения и стимулирования

2.	Недостаточная ориентированность педагогического персонала в современных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологиях.	Прохождение курсов повышения квалификации, самообучение
3.	Некомпетентность родителей в вопросах в вопросах образования, развития, воспитания своего ребенка.	Планомерное систематическое взаимодействие с родителями.

II этап – практический (октябрь 2020г. – май 2021г.)

Стратегия осуществления проекта

2.1. Обновление системы работы по здоровьесбережению в ДООУ

Чтобы выстроить действенную систему физкультурно-оздоровительной работы нужно знать, что для жизни и здоровья человека, и ребёнка в частности, является самым главным. Долголетние наблюдения педагогов и исследования гигиенистов показали, что работоспособность, качество усвоения образовательной программы, формирование умственных операций, развитие речи, овладение разнообразными умениями находятся в прямой зависимости от состояния здоровья. Основное внимание мы уделим физическому здоровью ребёнка. Чтобы выстроить действенную систему физкультурно-оздоровительной работы нужно знать, что для жизни и здоровья человека, и ребёнка в частности, является самым главным.

Для того чтобы обеспечить ребёнку крепкое здоровье важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние опорно-двигательного аппарата и другое. Однако, как утверждают в своих исследованиях Вера Григорьевна Алямовская, Юрий Фёдорович Змановский главные «киты», на которых держится жизнь и здоровье человека, это состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем организма.

Основным средством развития сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной системы является движение. Все об этом знают, всё это для нас не ново. Но вот знаем ли мы, каким движениям следует отдавать предпочтение именно в дошкольном возрасте, какие условия должны быть соблюдены в первую оче-

редь, чтобы обеспечить им оздоровительную направленность? На эти вопросы мы должны ответить обновляя систему работы по здоровьесбережению.

Развитие сердечно-сосудистой системы совершенствуют так называемые циклические движения, при которых повторяется одно и то же действие, позволяющее чередовать расслабление и напряжение мышц. В дошкольном возрасте это - ходьба, бег, езда на велосипеде, прыжки и т.д. Бег – естественное движение, привычное для детей с раннего возраста. Задача воспитателя разнообразить задания по бегу, для того, чтобы у детей не снижался интерес к этому виду движений. Поэтому первое утверждение, на которое должна ориентироваться система физического воспитания в детском саду звучит так: при проведении физического занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.

Развитие дыхательной системы, сущность деятельности которой заключается в усвоении организмом кислорода из воздуха, также напрямую связано с движением. Как показали исследования, способность организма усваивать кислород из воздуха повышается при регулярных физических упражнениях, но...только на свежем воздухе

Второе утверждение позволяющее обеспечить оздоровительную направленность физическому развитию в детском саду: повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.

Система иммунобиологической защиты достаточно сложная, но и она связана с движением. Это - движения особого рода. Они происходят благодаря деятельности терморегуляционного аппарата. При смене температуры внешней среды кровь от внутренних органов то приливает кожным покровам, то вновь поступает к внутренним органам. Это движение внутри организма, движение на клеточном уровне. Как показали исследования, с включением терморегуляционного аппарата автоматически включает систему иммунной защиты. В данном случае закаливающее воздействие на организм ребёнка оказывают природные факторы. Правильно говорят: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»

В каждом дошкольном учреждении используются разнообразные здоровьесберегающие технологии, составлен свой комплекс закаливающих мероприятий, универсальных, эффективных и доступных для детей дошкольного возраста. Однако при их проведении всегда нужно соблюдать определённые правила - правила, регулирующие проведение закаливающих мероприятий: постепенность, учёт состояния здоровья и индивидуальных особенностей ребёнка, системность, эмоциональная и физическая привлекательность для ребёнка.

Из всего сказанного можно сделать ещё один вывод: органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОО способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.

Система физического воспитания в детском саду должна ориентироваться на три утверждения:

1. При проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.
2. Повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.
3. Органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОО способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.

Врач Николай Михайлович Амосов говорил, что «нельзя обрести здоровье, сделав 10-12 упражнений, или пройти пешком километр за 20 минут». Суть оздоровительных физических упражнений заключается в системном наращивании резервных мощностей организма.

Отсюда и четвёртое утверждение: регулярность физических нагрузок способствует нарастанию резервных мощностей организма ребёнка.

Для того чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей нужна целенаправленная комплексная система физкультурно-оздоровительной деятельности, как в детском саду, так и в семье. А нам - педагогам-дошкольникам необходимо:

1. Уделять особое внимание развитию у детей движений циклического характера (бег, прыжки, ходьба и т.д.)

2. Максимально увеличить время пребывания детей на свежем воздухе с обязательной организацией двигательной активности
3. Рационально сочетать физкультурные занятия с закаливающими процедурами
4. Нарращивать резервные возможности организма ребёнка за счёт регулярных физических упражнений.

Особенности организации образовательного процесса:

Организованная детская деятельность состоит из трех частей:

- 1 вводная часть (ходьба, чередующаяся с бегом);
- 2 основная часть (упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Одной из ведущих мест в основной части занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности.
- 3 заключительная часть (ходьба, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания, дыхательные упражнения).

Целесообразным является применение в ходе непосредственной образовательной деятельности и в коррекционных занятиях таких здоровьесохраняющих приёмов как:

- дыхательная гимнастика по методу Стрельниковой (дыхание на сопротивление, для укрепления дыхательной мускулатуры),
- дыхание по Бутейко (частое дыхание, для обогащения кислородом тканей мозга);
- элементы терапевтического массажа Су-Джок (активация жизненно важных центров организма путём точечного надавливания);
- пальчиковая гимнастика (становление мелкой моторики за счёт координационных упражнений для пальцев рук);
- гимнастика для снятия напряжения с глаз (активация внимания);
- комплекс статического стрейчинга (концентрация внимания при растяжении мышц),

- комплекс ЛФК для стоп по массажным «дорожкам здоровья» (в целях профилактики плоскостопия),

- логоритмические упражнения (развивающие двигательное мышление).

Это всё доступные приёмы педагогической инновационной деятельности. Только в инициативности педагога - заложена успешность НОД по физической культуре.

Планово-прогностическая деятельность:

Создание и апробация единой системы работы по здоровьесбережению всех субъектов образовательного процесса ДОУ

1.Механизм защиты организма. Формирование у дошкольников представлений о человеке и его здоровье; приобретение навыков, формирующих устойчивую потребность дошкольников быть физически и психически здоровыми (приложение № 2)

2.Система физкультурно-оздоровительной работы. Система физкультурно-оздоровительной работы по укреплению здоровья детей дошкольного возраста в условиях МБДОУ «Детский сад поселка Бег» направлена на охрану жизни, сохранение и укрепление здоровья детей, своевременное формирование умений, навыков, развитие психофизических качеств на основе игровой и творческой деятельности, осознанного отношения к своему здоровью. (приложение № 3)

3. Ведущее место в организации двигательного режима в работе с детьми дошкольного возраста отводится двигательной деятельности. Необходимое условие – доброжелательное отношение к детям со стороны педагога. Педагоги проявляют к детям искренний интерес, помогают преодолевать трудности и неудачи, радуются вместе с ними успехам, стараются, чтобы все упражнения выполнялись на фоне позитивных ответных реакций ребёнка, доставляя ему не только мышечную, но и эмоциональную радость. Используются при этом как традиционные, так и нетрадиционные виды занимательной двигательной деятельности.

Модель двигательного режима старших дошкольников (приложение № 4)

4. Изучив возрастные особенности детей 6-7 лет, отмечаем: важное место в работе со старшими дошкольниками занимают подвижные игры, игровые упражнения и задания. В играх у детей не только развиваются и закрепляются физические качества, но и формируется ответственность за себя и других ребят. Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики и конструирования. Разработано примерное планирование использования спортивных календарных дат и традиций в физкультурно-оздоровительной работе в дошкольном учреждении (приложение № 5) – использование образовательного события как инновационная технология работы с детьми.

Создание условий для появления у ребенка возможности:

- быть услышанным и оцененным; сотрудничать и помогать друг другу в коллективе;
- решать проблемные ситуации;
- аргументировать свои суждения;
- уходить от помощи взрослого, двигаясь по траектории «Мы сами»;
- ставить задачи и преодолевать их.

2.2. Формирование здорового образа жизни педагога.

Актуальной проблемой сегодняшнего дня является поиск новых подходов профессиональной самореализации работников, получение качественных результатов в педагогической деятельности.

Профессию педагога можно отнести к группе риска по приобретению серьезных заболеваний, главные причины которых – стрессы и психическое перенапряжение.

Считаем важным развивать мотивацию у педагогов к освоению основ здорового образа жизни, создание положительного эмоционального настроения для совместной деятельности

Для решения этой проблемы, помимо традиционных мероприятий с педагогами по вопросам формирования ЗОЖ, такими как, деловые игры, круг-

лые столы, мозговой штурм, консультации, совместные досуги на свежем воздухе и прочие, организуем мероприятия

- Утреннее приветствие *«Подари улыбку»*. Ежедневно по утрам педагоги до начала рабочего дня приветствуют друг друга, желают хорошего дня, успехов в работе.

- *«Подзарядка»* - во время тихого часа на 15 минут все педагоги собираются на небольшую гимнастику. Каждый педагог готовит свой комплекс упражнений и проводит его в коллективе ДООУ

- *«Психологическая разгрузка»* - 1 раз в неделю педагог-психолог проводит релаксационные упражнения с педагогами.

- *«Педагогическое кафе»* - беседа, обсуждение проблемных вопросов по ЗОЖ, оздоровлению детей в неформальной обстановке за чашечкой чая в нерабочее время по примерной тематике:

Сентябрь - *«Здоровье и здоровый образ жизни современного педагога»*,

Октябрь - *«Ягодный коктейль»* (лечебные свойства ягод),

Ноябрь – *«Способы повышения иммунитета»*

Декабрь *«Влияние настроения на здоровье»*

Январь – *«Оздоровительный массаж и самомассаж»*

Февраль – *«Основы здорового питания»*

Март - *«Технологии здоровьесбережения»*

Апрель – *«Прогулка перед сном»*

Май - *«Тропинки здоровья»*

2. 3 Взаимодействие педагогов, узких специалистов.

Задачи:

- создать условия для формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста через вариативные формы обучения;

- систематизировать и обобщить работу методической службы ДООУ по формированию ЗОЖ у дошкольников через вариативные формы обучения.

Реализация работы по формированию здорового образа жизни у детей в условиях ДООУ осуществляется через непосредственно образовательную деятельность, гибкий режим, игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность.

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности: игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, продуктивной, музыкально-художественной, трудовой, чтения художественной литературы или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы

III этап – заключительный (май 2021 г.)

Цель: Подвести итоги работы по проекту, проанализировать полученные результаты деятельности, определить перспективы на будущее.

Мониторинг комплексной оценки уровня знаний детей. Способы проверки освоения содержания проекта:

Способом проверки усвоения содержания компонента образовательной области «Физическая культура» являются диагностические НОД, которые организуются в рамках проведения мониторинга в сентябре и мае учебного года в форме тестирования физической подготовленности детей подготовительной группы. Оценивание качества образовательной деятельности, осуществляемой ДОО по проекту, представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование. Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава вторая, ст.11 п.3), а также Стандарта, в котором определены государственные гарантии качества образования статья (3.2.3).

Основная цель мониторинга развития детей дошкольного возраста заключается в сборе информации об актуальных навыках воспитанников и, таким образом, получении «обратной связи» о качестве реализации образовательной программы. Мониторинг проводится дважды в год: в сентябре и в мае. Полученные итоги являются основой для разработки и корректировки методических разработок к проекту, составления индивидуальных маршрутов для отдельных детей. Инструментарий и система мониторинга - Постановление правительства РФ № 916 от 29.12.2001г. «Общероссийская система мониторинга состояния физического развития населения, физического развития детей, подростков и молодежи» (приложение № 6)

Задачи:

на первом этапе:

- проанализировать и оценить результативность работы по физическому развитию детей, заболеваемости детей;
- оценить эффективность образовательного процесса с точки зрения государственных стандартов физического развития детей;

- определить проблемы в деятельности педагога по физическому воспитанию детей;
- определить уровень педагогической компетенции воспитателей в вопросах использования оздоровительного и здоровьесберегающего сопровождения.

на втором этапе:

- спрогнозировать дальнейшие действия педагогического коллектива (на Совете педагогов);
- разработать мероприятия по повышению качества физического воспитания и развития детей, укрепления их здоровья.

Оценивание качества, т. е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой ДООУ, заданным требованиям Стандарта и проекта в дошкольном образовании направлено в первую очередь на оценивание созданных ДООУ условий в процессе образовательной деятельности.

Система оценки образовательной деятельности, предполагает оценивание качества условий образовательной деятельности, обеспечиваемых ДООУ, включая психолого-педагогические, кадровые, материально-технические, финансовые, информационно-методические, управление ДООУ и т.д..

Проектом как и ООП ДО не предусматривается оценивание качества образовательной деятельности ДООУ на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. Мониторинг освоения образовательной программы проводится на основе наблюдения детских видов деятельности

Представление презентации проекта на итоговом Совете педагогов (май 2021г)

Здоровье человека – жизненно важная ценность. Чтобы сохранить и укрепить здоровье, необходимо научиться управлять своим организмом. Но для того, чтобы управлять организмом, надо, прежде всего, знать : как он устроен, как работает, что для него полезно, а что вредно, понимать его ценность.

Данный проект был разработан с целью создания необходимых условий для понимания ценности здоровья и способов его сохранения детьми дошкольного возраста.

